

米粉のマフィン



材 料 (4人分)

- ・米粉 100g
- ・BP 5g
- ・牛乳(豆乳でも可) 100g
- ・メープルシロップ 40g
- ・油 40g
- ・砂糖 10g

作 り 方

1. オーブンを200度に設定します。
2. 米粉とBPを合わせボールに振ります。
粉の真ん中をくぼませ、残りの材料を入れ、
周りの粉を落としていくように真ん中から
混ぜていきます。
3. 2の生地をマフィンカップに入れます。
4. オーブン200度で5分焼き、そのまま180度
に下げて15分焼きます。
1度真ん中に竹串をさして、生地がついてこな
ければ、出来上がりです。
※生地がついてきたら180度で様子を見ながら
焼いていきます。

